



Cemal Ezerdi Anaokulu

Psikolojik Danışma ve Rehberlik Servisi

Veli Bülteni-ARALIK 2024

AKRAN ZORBALIĞI

Akran Zorbaliğı, Nedir?

Akran zorbaliğı, bir çocuğun başka bir çocuğa kasıtlı olarak zarar vermeyi amaçlayan tekrarlayan saldırgan davranışlar sergilemesidir. Bu tür zorbalık, çocuklar arasında fiziksel, zihinsel, sosyal ya da yaş gibi güç dengesizliklerine dayanır.

Akran Zorbaliğının Türleri Nelerdir?

Fiziksel Zorbalık: Çocuğa yönelik doğrudan fiziksel güç kullanılmasıdır.

Örneğin, vurma, itme, eşyalarına zarar verme gibi davranışlar.

Sözel Zorbalık: İsim takma, hakaret etme, bağırma gibi olumsuz sözel davranışlar içerir.

Sosyal Zorbalık: Bir çocuğu arkadaş grubundan dışlamak, görmezden gelmek veya yalnız bırakmak gibi davranışlarla sosyal ilişkilerine zarar vermeyi hedefler.

Siber Zorbalık: Teknolojik araçlar üzerinden yapılan, rahatsız edici mesajlar gönderme, fotoğrafları izinsiz paylaşma veya sosyal medya hesaplarını ele geçirme gibi dijital zorbalık eylemlerini kapsar.



Çocuğunuzun Zorbalık Yaptığını Gösteren İşaretler

Çocuğunuzun farklı ortamlarda sürekli olarak saldırgan davranışlar sergilemesi, başkalarını baskı altına alması ve kurallara uymada zorluk yaşaması zorbalık yapmaya eğilimli olduğuna işaret edebilir. Empati kuramaması, diğerlerinin duygularını anlamakta zorluk çekme ve yetişkinlere karşı gelme gibi davranışlar da bu durumu gösterebilir.

Çocuğunuzun Zorbalığa Maruz Kaldığını Gösteren İşaretler

Çocuğunuzun okula gitmek istememesi, okuldan kıyafetlerinin yırtılmış ya da kirlenmiş olarak dönmesi zorbalığa maruz kaldığını gösterebilir. Ayrıca, çocuğunuzun sürekli olarak endişeli olması, fiziksel rahatsızlıklar (baş ağrısı, mide bulantısı) yaşaması veya içine kapanması da zorbalığın belirtisi olabilir.

Akran Zorbalığının Sonuçları Nelerdir?

- Zorbalık Yapan Çocuklar İçin: Sosyal ilişkilerde zorluklar, okul başarısında düşüş ve daha ileri yaşlarda madde kullanımı gibi problemler gelişebilir.
- Zorbalığa Maruz Kalan Çocuklar İçin: Duygusal sorunlar, depresyon, özgüven kaybı, sosyal dışlanma ve okulda başarısızlık gibi uzun vadeli psikolojik etkiler görülebilir.



Çocuğunuz Zorbalık Yapıyorsa Ona Nasıl Yardımcı Olabilirsiniz? ★

Sosyal ve Duygusal Becerileri Geliştirin:

Çocuğunuzun sağlıklı arkadaşlık ilişkileri kurabilmesi için oyunlar ve etkinlikler yaparak özgüvenini artırmasına yardımcı olun.

Çocuğunuzla Zorbalık Hakkında Konuşun: Ona zorbalığın asla kabul edilemez olduğunu anlatın ve bu tür davranışlara katılmadığınızı vurgulayın.

Fiziksel Ceza Kullanmayın: Olumsuz davranışlar karşısında sakın kalarak olumlu disiplin yöntemleri kullanın.

Okul ile İş Birliği Yapın: Öğretmenleri, rehberlik birimi ve psikolojik danışman ile iletişime geçerek destek almayı unutmayın.

Çocuğunuz Zorbalığa Tanıklık Ediyorsa Ne Yapabilirsiniz?

Tanıklık Ettikleri Durumda Çocuğunuzla Konuşun: Çocuğunuz zorbalıkla karşılaştığında ne hissettiğini öğrenin ve ona nasıl yardımcı olabileceğiniz üzerine konuşun.

Yetişkinlerden Yardım İstemesini

Teşvik Edin: Çocuğunuzun, zorbalığa tanık olduğunda güvenebileceği bir yetişkine durumu bildirerek yardım istemeye yönlendirin.

Zorbalığı Desteklememesi Gerektiğini Anlatın: Zorbalık yapan arkadaşlarını desteklememesi gerektiğini, zorbalığa uğrayan kişilere ise yardımcı olması gerektiğini öğretin.



Zorbaliđa Maruz Kalan Çocuğunuz İçin Ne Yapabilirsiniz?

Zorbaliđla Bařa Çıkma Yöntemlerini Öğretin:

Zorbaliđa karşı koyabileceği yöntemler üzerine basit planlar yapın ve gerektiğinde okulda kimden yardım alabileceğini konuşun.

Duygusal Destek Verin: Çocuđunuza zorbaliğla ilgili hislerini paylaşması için destek olun ve duygularını ifade etmeye teşvik edin.

Okul ile İletişime Geçin: Öğretmenleri, rehber öğretmeniyle yakın iş birliği yaparak gerekli adımları atın.

Anne-Babalara Genel Öneriler

Olumlu İletişim Kurun: Çocuğunuzla açık ve sevgi dolu bir iletişim kurarak duygusal bağınızı güçlendirin.

Zorbaliđa Karşı Tepkilerinizi Belirleyin: Çocuğunuzla zorbaliğ hakkında açıkça konuşarak bu tür davranışların hoş karşılanmadığını vurgulayın.

Rol Model Olun: Çocuğunuz size bakarak birçok davranış öğrenir. Bu yüzden olumlu bir rol model olmaya özen gösterin.

Çocuđunuzu Destekleyin: Onun duygusal ve sosyal gelişimini desteklemek için çeşitli etkinlikler ve oyunlar yaparak güvenli bir ortam oluşturun.